

2024



# YOGA

ENTSPANNUNG | RETREAT

*Ein Wochenende nur für dich!*

**ALEXANDRA BÖRSIG**  
*Praxis für Ganzheitliche  
Gesundheit in Offenburg*

Tel.: 0781 948 52 51  
info@alexandra-boersig.de  
@alexandra.boersig.yoga  
www.alexandra-boersig.de

# TERMINE 2024

## Wochenend-Yoga-Retreats

Neben aktivierenden und belebenden Yogastunden wird es auch sanfte und mit Klangschalen umrahmte Yogaeinheiten geben, sodass diese Wochenenden für Yoga-Neulinge gleichermaßen geeignet ist wie für geübte Yogis.

Lust bekommen, die Geschmeidigkeit der Faszien durch gezielte Dehnungen zu unterstützen und mit wirksamen Atemübungen ein Gefühl von Weite zu erreichen, mit Klängen tiefgehende Entspannung zu ermöglichen und die Kraft des Singens zu erfahren? Dann sichere dir jetzt deinen Platz und melde dich an!

**Tipp: \*Diese Events werden als Präventionskurs von den gesetzlichen Krankenkassen gefördert.**

### 03.-05. Mai

*Im Kloster Oberbronn*

*Gemeinschafts-Event mit der Entspannungs- und Achtsamkeitstrainerin Nicole Späth*



### 07.-09. Juni

*In der Kloster-Oase Bühl-Neusatzeck\**



### 27.-29. September

*Im Seminarhaus Bad Herrenalb\**



Alle weiteren Infos zu den Events und die Anmeldeformulare findest du auf meiner Website unter: [www.alexandra-boersig.de](http://www.alexandra-boersig.de) oder einfach den QR-Code abscannen.

*Jetzt anmelden!*



**Alexandra Börsig**  
Praxis für  
Ganzheitliche Gesundheit

- Heilpraktikerin für Psychotherapie
- Burnout- und Stresstherapie
- Yogalehrerin für energetisches Hathayoga
- Ganzheitliche Ernährungsberaterin